

---

УДК 159.9

**Дмитро Володимирович ШВЕЦЬ,**

кандидат педагогічних наук, перший проректор

Харківського національного університету внутрішніх справ;

ORCID: <http://orcid.org/0000-0002-1999-9956>

## **ПСИХІЧНА СТІЙКІСТЬ ПРАЦІВНИКА ПОЛІЦІЇ ЯК ОСНОВА ГОТОВНОСТІ ДО СЛУЖБОВОЇ ДІЯЛЬНОСТІ В ЕКСТРЕМАЛЬНИХ СИТУАЦІЯХ**

*Розглянуто питання психічної стійкості працівника поліції, яка забезпечує йому можливість протистояти життєвим труднощам, несприятливому тиску обставин, зберігати здоров'я та працездатність в екстремальних ситуаціях. Психічну стійкість визначено як основу готовності до службової діяльності у складних ситуаціях, яка формується в процесі професійної підготовки поліцейського.*

**Ключові слова:** психічна стійкість, екстремальні умови службової діяльності, стресостійкість, психічна готовність.

Діяльність працівників поліції характеризується виникненням екстремальних ситуацій, які мають значний вплив на психіку людей та їх діяльність. Останнім часом спостерігається тенденція підвищення екстремальності діяльності поліції, що пов'язано із затриманням злочинців і лихих водіїв, звільненням заручників, застосуванням зброї, забезпеченням правопорядку в період масових заходів, виконання службових завдань [1, с. 246–255]. Екстремальними (від лат. *extremum* – граничний, крайній) називають ситуації, які викликають у людини великі труднощі, вимагають повного, граничного напруження сил і можливостей, щоб упоратися з ними і вирішити службові завдання.

Результати досліджень психологів показують, що такі фактори, як ненормований робочий день, постійний контакт з асоціальними елементами, необхідність повної віддачі психічних і фізичних сил під час припинення злочинів, знижують функціональні резерви організму до їх повного виснаження [2, с. 487–583]. Це зумовлює високі вимоги до психічної сфери особистості працівників поліції, їх стресостійкості та психічної готовності до діяльності в екстремальних умовах. Отже, тривала дія стресогених факторів, наявність постійної загрози життю, висока ймовірність травмування, поранення або загибелі висувають високі вимоги не тільки до рівня професійної підготовленості, а й до психологічних якостей особистості, що обумовлює психічну готовність до діяльності в екстремальних умовах.

Дослідження, що проводяться вченими-психологами, дають можливість виділити одну з істотних психологічних якостей – стійкість особистості працівника поліції до впливу екстремальних ситуацій службової діяльності [1–3].

У психологічній літературі поняття «стійкість» має кілька тлумачень. Можна зустріти такі термінологічні сполуки: стійкість особистості, стійкість поведінки, стійкість (професійної) діяльності, стійкість до навантажень, емоційна стійкість, волюва стійкість,

психічна стійкість, емоційно-вольова стійкість, моральна стійкість. Така багатогранність поняття «стійкість» обумовлена, перш за все, тим, що цей термін застосовується щодо процесів становлення, розвитку та формування особистості, для опису різних аспектів її поведінки та діяльності. На нашу думку, не можна пов'язувати це поняття тільки з емоційною, вольовою сферами особистості чи з поведінкою або діяльністю. Це поняття має інтегральний характер. Особливе місце займає психічна стійкість працівників поліції як своєрідний фундамент професійної готовності до виконання завдань в екстремальних умовах службової діяльності.

Під психічною стійкістю розуміють цілісну характеристику особистості, що забезпечує її стійкість до фруструючих і стресогенних впливів важких ситуацій. Працівник поліції частіше за інших потрапляє у складні та часом небезпечні психологічні ситуації в повсякденній службовій діяльності, які мають стресогенний вплив на психіку. Тому психологічна підготовка працівників поліції у спеціалізованому навчальному закладі повинна бути спрямована на формування стійкості до:

- негативних чинників службової діяльності (напруженості, відповідальності, ризику, небезпеки, дефіциту часу, невизначеності, несподіванки тощо);
- чинників, що сильно впливають на психіку (вигляду крові або трупу, тілесних ушкоджень тощо);
- ситуацій протистояння (потрібні вміння вести психологічну боротьбу з особами, які протидіють попередженню, розкриттю та розслідуванню злочинів, уміння протистояти психологічному тиску, маніпулюванню з боку як законослухняних громадян, так і правопорушників, уміння не піддаватися на провокації тощо);
- конфліктних ситуацій у службовій діяльності (потрібні вміння проаналізувати внутрішні причини конфлікту, розібратися в закономірностях їх виникнення, протікання і способах вирішення (образа та насильство над особистістю, хуліганство, грабіж, вбивство, опір представнику влади, вербальна й фізична агресія), вміння володіти собою в психологічно напружених, конфліктних ситуаціях, що провокують).

Велика кількість небезпечних ситуацій, а іноді й таких, що загрожують життю, вимагає від працівників вміння володіти собою, швидко оцінювати складні ситуації та приймати найбільш адекватні рішення, що сприятиме більш ефективному виконанню поставлених завдань і зменшенню надзвичайних подій і зривів професійної діяльності серед особового складу підрозділів поліції.

Невміння працівника поліції регулювати свій психічний стан і дії призводить до негативних, часто тяжких наслідків як для нього самого, так і для оточуючих. Невміння керувати своєю поведінкою знижує здатність особистості соціально-психологічно адаптуватися до наявних умов середовища, є серйозною перешкодою в реалізації її життєвого потенціалу. На працівників поліції щодня впливають різні чинники, що часто мають стресовий характер. Це, в свою чергу, може призвести до появи втоми, перевтоми, виникнення різних негативних емоційних станів, розладів професійно-службової діяльності. У зв'язку з цим оволодіння працівниками прийомами та методами психологічної саморегуляції є вельми актуальним завданням сучасності. Великих успіхів у службовій діяльності досягають працівники, в яких «міцніші нерви», які краще вміють налаштовуватися на боротьбу зі злочинцем, більш раціонально розпоряджатися не тільки своїми фізичними та розумовими ресурсами, а і зберігати на оптимальному рівні нервово-психічну активність, проявляти у складних ситуаціях оперативно-службової діяльності свою психологічну стійкість.

Аналіз наукових праць дозволяє зробити висновок, що основною умовою психологічної стійкості особистості є власна пошукова активність, зокрема, активність працівників поліції, залучених до навчально-професійної діяльності. Потреба працівників у пошуку нових здібностей і можливостей протидії негативним факторам, творче ставлення до себе та навколишньої дійсності, готовність до засвоєння прийомів психологічних технік (групова психокорекція, соціально-психологічний тренінг тощо), які спрямовані на регуляцію психоемоційних станів, дозволяють долати деструктивний вплив несприятливих життєвих обставин і формувати психічну стійкість особистості.

На заняттях із професійно-психологічної підготовки для формування психологічно важливих якостей можуть використовуватися:

- психодіагностика (спостереження, бесіда, тестування);
- тренінги з розвитку професійної пам'яті, уваги та спостережливості;
- психофізичні тренінги з подолання перешкод (ускладнення, полоса перешкод, лабіринти);
- ідеомоторне тренування;
- тренінги з використанням елементів несподіванки, дефіциту часу, шумових і вогневих ефектів (морально-психологічна смуга);
- тренінги з освоєння ситуацій, пов'язаних зі сприйняттям страждань, крові, поранень, травм, убитих;
- навчання основам аутогенного тренування;
- тренінги самонавіювання, самопереконання, настрою;
- СОПТ – ситуативно-образне психорегулююче тренування (уявне перерахування працівником необхідних індивідуально-ціннісних якостей та ситуацій, які йому вдалося вирішити).

Доцільність практичних занять, тренінгів зумовлюється існуванням психологічної закономірності: людина, яка неодноразово потрапляла у важкі умови і впоралася з ними, має більше шансів вийти з честю з чергової екстремальної ситуації, ніж та, яка ніколи в них не потрапляла.

Проведений аналіз умов роботи з виконання службових завдань працівниками поліції показав необхідність удосконалення методів формування психологічної стійкості до фруструючого та стресогенного впливу екстремальних ситуацій професійної діяльності.

#### **Список бібліографічних посилань**

1. Бандурка А. М., Бочарова С. П., Землянская Е. В. Юридична психологія: монографія. Харків: Титул, 2006. 750 с.
2. Бандурка А. М., Землянская Е. В. Психологія керівника: монографія. Харків: Золота мілья, 2013. 720 с.
3. Бандурка О. М., Венедиктов В. С., Тімченко О. В., Христенко В. С. Екстремальна юридична психологія в діяльності персоналу органів внутрішніх справ України: наук.-практ. посіб. Харків: Нац. ун-т внутр. справ, 2005. 319 с.
4. Про Національну поліцію: закон України від 02.07.2015 № 580-VIII. *Відомості Верховної Ради України*. 2015. № 40–41. Ст. 379.

Одержано 12.02.2017

*Рассмотрены вопросы психической устойчивости работника полиции, обеспечивающей ему возможность противостоять жизненным трудностям, неблагоприятному давлению обстоятельств, сохранять здоровье и работоспособность в экстремальных ситуациях. Психическая устойчивость определена как основа готовности к служебной деятельности в сложных ситуациях, формирующаяся в процессе профессиональной подготовки полицейского.*

**Ключевые слова:** психическая устойчивость, экстремальные условия служебной деятельности, стрессоустойчивость, психическая готовность.